

# БЫТЬ или НЕ БЫТЬ? РАЗВИВАТЬСЯ или ПРИВИВАТЬСЯ?



**ВАКЦИНЫ. ПРИВИВКИ. ПРОБА МАНТУ.  
ЧТО МЫ О НИХ ЗНАЕМ? КАК ОНИ ВЛИЯЮТ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ?  
МОЖНО ЛИ ОТ НИХ ОТКАЗАТЬСЯ И КАК ЭТО СДЕЛАТЬ?**

## Защитите себя и своего ребенка от гриппа!

Грипп – острое инфекционное вирусное заболевание, передающееся воздушно-капельным путем. Источником инфекции является больной человек. Наибольшую опасность представляют люди, которые переносят данную инфекцию в стертой форме (без явной клиники).

Первыми на подъем заболеваемости всегда отвечают дети. Это связано с тем, что они больше находятся в замкнутых коллективах (детских садах, школах, училищах), общаются с большим количеством детей и взрослых (одноклассники, учителя, воспитатели).

Полностью оградить ребенка от инфекций, уберечь его от гриппа и простудных заболеваний в осенне-весенний период не под силу ни одному родителю. Но можно сделать все от нас зависящее, чтобы снизить риск заболевания своего ребенка.

Очень часто родители путают грипп и другие ОРВИ, которые обычно называют простудой. Их, действительно, нелегко, но всё-таки можно отличить. Простуда начинается постепенно - с насморка, неприятных ощущений в горле и кашля. Температура редко поднимается выше 38°C и держится недолго. При этом общее самочувствие ребёнка не сильно ухудшается. А вот основные симптомы гриппа при наиболее распространённой среднетяжёлой форме появляются, как правило, наоборот, остро и внезапно: высокая температура, озноб, головные и мышечные боли, боли в горле, сухой кашель, плохое самочувствие в целом, ощущение разбитости. Температура достигает своего максимального значения к концу первых или реже на вторые сутки.

Не стоит забывать и про осложнения гриппа. Осложнения могут проявляться как в процессе развития болезни, так и после нее. Чаще всего в качестве осложнения гриппа у детей проявляется ларинготрахеобронхит, отит, воспаление придаточных пазух, пневмония. Осложнения гриппа всегда возникают как результат наслоения бактериальной флоры на гриппозную инфекцию.

## **Самый надежный и эффективный способ защиты от гриппа – это вакцинация.**

В первую очередь прививки от гриппа рекомендованы часто болеющим детям. Считается, что они после вакцинации смогут переносить различные простудные заболевания легче.

В настоящее время для вакцинации используются только инактивированные вакцины. В своем составе они не содержат живой вирус и не способны вызвать заболевание, но способны стимулировать нашу иммунную систему для выработки антител к вирусу гриппа.

Полноценный иммунитет формируется через 2-3 недели после вакцинации. Именно поэтому очень важно своевременно сделать прививку, до начала подъема заболеваемости гриппом. Наиболее благоприятное время для вакцинации: сентябрь-октябрь.

Уважаемые родители! У вас есть возможность защитить своего ребенка от гриппа в предстоящий сезон подъема заболеваемости гриппом и острыми респираторными инфекциями – сделать профилактическую прививку.

### **Рекомендации**

#### **по мерам профилактики острых респираторных инфекций в учреждениях образования**

Мероприятия по профилактике острых респираторных инфекций и гриппа должны проводиться постоянно, а не только в период эпидемии гриппа. Необходимо наблюдать за состоянием здоровья учащихся и выявлять начальные симптомы проявления острых респираторных заболеваний, таких как: головная боль, озноб, слабость, рассеянное внимание, кашель, боль в горле, насморк или заложенность носа, повышение температуры тела, боли в мышцах, диарея, рвота. Дети и персонал с признаками ОРВИ не должны допускаться до учебных занятий и направляться для консультации к медицинскому работнику школы или в учреждение здравоохранения. Родителям необходимо напомнить о вызове врача на дом. Особое внимание следует уделять детям и персоналу подверженному высокому риску заражения (больным хроническим заболеваниями органов дыхания, сердечнососудистой системы и т.д.). Следует помнить: если заболевание выявляется несвоевременно, то оно может протекать в тяжелой форме, с осложнениями и высоким риском возникновения бронхитов, отитов, пневмоний, менингитов.

Осуществление контроля за регулярностью проветривания помещений - самое эффективное средство профилактики ОРВИ. Для соблюдения "респираторного этикета" учащиеся, персонал, родители должны быть обеспечены одноразовыми платками и осведомлены о важности его соблюдения. Для предотвращения распространения вирусов через загрязненные руки или предметы необходимо рекомендовать частое мытье рук водой с мылом, особенно после чихания или кашля. При проведении влажной уборки необходимо обратить особое внимание на все поверхности и предметы, которые имели наиболее частые контакты с руками. Важным в профилактике заболеваемости ОРИ и гриппа является взаимодействие между учащимися, преподавателями и родителями.



### Чем опасен грипп?

Большинство из нас считает, что это достаточно безобидное заболевание ("Подумаешь - пару дней температура, головная боль, боль в мышцах!?! Пройдет!?!"). Но, к сожалению, грипп - это та инфекция, которая дает наибольшее количество осложнений. Попав в организм, вирус гриппа размножается, разрушая клетки легких и других органов с высокой скоростью. Развиваются такие осложнения как пневмония, бронхит, поражение сердечнососудистой и центральной нервной систем, почек и т.д. Именно эти осложнения и являются непосредственной причиной смерти после перенесенного гриппа. У детей высока вероятность развития отита, приводящего к глухоте. Нередко перенесенное заболевание гриппом приводит к инвалидности.

Организм здорового человека после перенесенного гриппа средней тяжести тратит столько сил, что это «стоит» ему один год жизни.

### Кому специалисты рекомендуют сделать прививки против гриппа в первую очередь?

Рекомендации ведущих инфекционистов, педиатров, эпидемиологов и других специалистов в различных странах мира аналогичны. Во-первых, рекомендуется сформировать защиту против гриппа детям и взрослым, которые имеют такие факторы риска, как хронические заболевания легких, сердечнососудистой системы, врожденные или приобретенные иммунодефициты, сахарный диабет, заболевания почек, печени, и т.д. Длительный опыт наблюдения за такими людьми показал, что в большинстве случаев грипп протекает у них в средней или тяжелой форме, вызывает обострение хронического заболевания и может привести к тяжелым осложнениям или летальному исходу.

Во-вторых, важна вакцинация против гриппа лиц определенных профессий, которые общаются с большим количеством людей. Это медицинские работники, работники аптек, воспитатели и педагоги, работники коммунально-бытовой сферы, транспорта и т.д.

В-третьих, целесообразно защитить от гриппа с помощью прививок детей, посещающих детские коллективы. Почему?

Ежегодно наибольшее количество случаев заболевания гриппом регистрируется среди детей. Заболевшие дети дольше выделяют вирус гриппа, чем взрослые. Более 90% госпитализированных по поводу гриппа - это дети (т. е. у них грипп протекает наиболее тяжело и требует лечения в стационаре). Продолжительность заболевания у детей значительно больше, чем у взрослых.

Наиболее высокий риск заражения гриппом существует у детей, посещающих детские коллективы (садики, школы). Заболевшие дети «приносят» вирус гриппа в семью, заражая младших и старших братиков и сестричек, родителей, бабушек и дедушек.

С целью защиты детей раннего возраста (особенно детей в возрасте до 6 месяцев, защита которых не может быть обеспечена с помощью вакцинации), целесообразно привить против гриппа всех лиц, тесно контактирующих с ребенком (в т.ч. и кормящих матерей).

Для предупреждения гриппа и острых респираторных вирусных инфекций существуют различные способы защиты. Наиболее эффективным, удобным и безопасным средством профилактики гриппа являются современные вакцины. Защита против гриппа, созданная с помощью вакцин в 2 - 5 раз эффективнее защиты, созданной с помощью лекарственных и народных средств.

### **Как и куда вводится вакцина?**

Вакцину можно вводить подкожно и внутримышечно. Как и для любой другой инактивированной вакцины, внутримышечный путь введения является предпочтительным, поскольку он подразумевает лучшее всасывание препарата и, следовательно, его большую эффективность. Подкожный путь введения менее предпочтителен по той причине, что вакцина может депонироваться на некоторое время, что в свою очередь может влиять на скорость иммунного ответа и его силу.

Внутримышечное введение вакцины проводится в переднюю поверхность бедра (детям до 18 месяцев) и в плечо (детям 18 месяцев и старше, подросткам и взрослым). Подкожное введение вакцины проводится в подлопаточную область или наружную поверхность плеча.

### **Какие имеются противопоказания к проведению прививки против гриппа с использованием вакцины?**

Временные противопоказания. Прививка временно откладывается на период острого заболевания или обострения хронического заболевания. После нормализации температуры (по окончании острого заболевания) и вступления хронического заболевания в стадию ремиссии можно вводить вакцину.

Абсолютные противопоказания (т. е. прививка не проводится никогда). Тяжелая немедленная аллергическая реакция на белок куриных яиц. К такой аллергии относится немедленный отек нижней губы, горла при попытке съесть куриное яйцо в любом виде (сваренное яйцо, яичница, салат). Если таких реакций нет, и человек спокойно и без последствий принимает в пищу куриные яйца, значит аллергии на белок куриных яиц нет.

### **Когда лучше всего делать прививку против гриппа?**

Оптимальным сроком проведения прививок против гриппа является период с сентября по ноябрь. Наиболее целесообразно, чтобы защита от гриппа успела сформироваться до начала периода подъема заболеваемости, которые в нашем регионе наступает обычно в декабре-январе.

В то же время не исключается возможность введения инактивированных вакцин даже в начале периода подъема заболеваемости гриппом (например, если у ребенка высок риск развития послегриппозных осложнений, а период ремиссии хронического заболевания наступил только в декабре-январе). Защита против гриппа с помощью вакцин формируется в течение 1,5-2 недель, а период подъема заболеваемости гриппом длится в среднем 4-6 недель.

По материалам Интернет-публикаций